



Edukasi Kesehatan Tentang Manfaat Buah Naga Dan Anemia Serta Pemeriksaan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Desa Kalasey Dua, Mandolang, Minahasa

Health Education about the Benefits of Dragon Fruit and Anemia and Hemoglobin Examination in Pregnant Women in Kalasey Dua Village, Mandolang, Minahasa

Gusti Ayu Tirtawati^{1*}, Kusmiyati², Anita Lontaan², Herlina Memah², Ni Ketut Nuratni¹, Siti Rahmadani³, Nurhamidah⁴

¹ Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar, Indonesia

² Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado, Indonesia

³ Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta 1, Indonesia

⁴ Poltekkes Kemenkes Medan, Indonesia

*Email Korespondensi: tritagustiayu@gmail.com

Abstrak

Hasil survey yang dilakukan di Desa Kalasey Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa didapatkan jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) sebanyak 792 orang, ibu hamil 17 orang, kader kesehatan 7 orang. Menurut laporan PWS-KIA Puskesmas Tateli jumlah ibu hamil bulan Januari 2019 sampai Juni 2019 sebanyak 612 orang, ibu hamil dengan kadar hemoglobin ≤ 11 gr% sebanyak 10 %, hal ini mengindikasikan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Metode Pendidikan/penyuluhan kesehatan tentang manfaat buah naga dan anemia pada kehamilan dengan metode ceramah, pemberian leaflet dan diskusi. Pemeriksaan hemoglobin (Hb) pada ibu hamil, wanita usia subur (WUS) dan kader kesehatan. Pemberian buah naga pada ibu hamil, wanita usia subur (WUS) dan kader kesehatan selama 7 hari. Pemantauan hasil dengan melakukan pemeriksaan kembali kadar Hb ibu hamil, wanita usia subur (WUS) dan kader kesehatan berjumlah 75 orang. Hasil pengabdian kepada masyarakat bahwa buah naga sangat bermanfaat untuk meningkatkan hemoglobin pada ibu hamil, WUS dan kader karena sebagian besar terjadi peningkatan kadar hemoglobin. Diharapkan mengkonsumsi buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kata Kunci: Edukasi, Buah Naga, Hemoglobin, Anemia, Ibu Hamil.

Abstract

The results of a survey conducted in Kalasey Dua Village, Mandolang District, Minahasa Regency, showed that the number of couples of childbearing age (PUS) was 792 people, 17 pregnant women, 7 health cadres. According to the PWS-KIA report at the Tateli Health Center, the number of pregnant women from January 2019 to June 2019 was 612 people, pregnant women with hemoglobin levels ≤ 11 gr% were 10%, this indicates that the incidence of anemia in pregnant women is still quite high. Method: Education/health counseling about the benefits of dragon fruit and anemia in pregnancy using lecture methods, giving leaflets and discussions. Hemoglobin (Hb) examination in pregnant women, women of childbearing age (WUS) and health cadres. Giving dragon fruit to pregnant women, women of childbearing age (WUS) and health cadres for 7 days. Monitoring results by re-examining the Hb levels of pregnant women, women of childbearing age (WUS) and 75 health cadres. The results of community service show that dragon fruit is very useful for increasing hemoglobin in pregnant women, WUS and cadres because most of the time there is an increase in hemoglobin levels. It is hoped that consuming dragon fruit will increase hemoglobin levels.

Keywords: Education, Dragon Fruit, Hemoglobin, Anemia, Pregnant Women.

Pesan Utama:

- Edukasi kesehatan tentang manfaat buah naga dan anemia pada kehamilan perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya mengonsumsi buah naga untuk mencegah dan mengobati anemia.

Access this article online



Quick Response Code

Copyright (c) 2023 Authors.

Received: 5 September 2023
Accepted: 10 October 2023

DOI: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i2.164>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

1. Pendahuluan

Desa Kalasey Dua merupakan bagian integral dari Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa Propinsi Sulawesi Utara. Desa Kalasey Dua berdiri pada tanggal 27 Januari 1995 yang adalah hasil pemekaran dari desa Kalasey menjadi 2 desa yaitu Kalasey Satu dan Kalasey Dua. Dari segi geografis berkedudukan di pinggiran Kota Manado (berbatasan dengan kota Manado) yang asal usul penduduk pribuminya adalah masyarakat bekas buruh perkebunan asiatic Kalasey dan sebagian masyarakat pindahan dari Kelurahan Malalayang Dua. Desa Kalasey Dua diresmikan menjadi desa definitif pada tanggal 29 September 1996 (Profil Desa Kalasey Dua, 2015).

Dari survey awal yang dilakukan di Desa Kalasey Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa didapatkan jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) sebanyak 792 orang, ibu hamil 17 orang, kader kesehatan 7 orang. Menurut laporan PWS-KIA Puskesmas Tateli jumlah ibu hamil bulan Januari 2019 sampai Juni 2019 sebanyak 612 orang, ibu hamil dengan kadar hemoglobin ≤ 11 gr% sebanyak 10 %, hal ini mengindikasikan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi.

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Proverawati, 2013). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Pemerintah telah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi. (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Buah naga merupakan salah satu buah local yang mempunyai nutrisi sangat baik untuk kesehatan terutama dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Nutrisi yang terkandung dalam buah naga antara lain yaitu karbohidrat, protein, vitamin C, vitamin B1, B2, B3, B12, serat, kalsium, fosfor, magnesium, zat besi, dan senyawa antioksidan. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Kusmiyati & Gusti Ayu Tirtawati (2018), bahwa ibu hamil sebelum diberikan buah naga yang mengalami anemia sebesar 53,3%, tidak anemia 46,7% sedangkan sesudah diberikan buah naga selama 1 (satu) bulan terjadi peningkatan dimana ibu hamil tidak anemia dari 46,7% menjadi 73,3%.

Tujuan kegiatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang manfaat buah naga, anemia serta pemeriksaan hemoglobin pada ibu hamil.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam edukasi kesehatan tentang manfaat buah naga dan anemia pada kehamilan dengan metode ceramah, pemberian leaflet dan diskusi. Adapun materi edukasi yaitu manfaat buah naga, pengertian, penyebab, komplikasi anemia pada kehamilan. Setelah edukasi kemudian dilakukan pemeriksaan hemoglobin (Hb) pada ibu hamil, wanita usia subur (WUS) dan kader Kesehatan sebelum diberikan buah naga selama 7 hari (*pre treatment*), setelah dilakukan *treatment* selama 7 hari kemudian dilakukan pemeriksaan HB Kembali (*post treatment*). Evaluasinya edukasi dengan langsung memberikan pertanyaan dan langsung bisa dijawab oleh peserta. Evaluasi pemberian buah naga dengan membandingkan hasil pemeriksaan Hemoglobin sebelum dan setelah diberikan buah naga.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam 3 tahapan yaitu : tahapan persiapan, pelaksanaan dan tahapan evaluasi. Tahapan persiapan meliputi pengurusan ijin, observasi lapangan, pengumpulan bahan dan persiapan materi penyuluhan serta koordinasi dengan pihak terkait. Tahapan pelaksanaan kegiatan adalah tahap dilaksanakannya rencana kegiatan yang telah ditetapkan yaitu pemberian edukasi/penyuluhan tentang anemia dan manfaat buah naga pada ibu hamil dan wanita usia subur berjumlah 75 orang. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan Hb dan pemberian buah naga 200 gr/hari selama 7 (tujuh hari), kemudian dilakukan pemeriksaan kembali kadar Hb. Tahapan ketiga adalah tahap akhir yang meliputi interpretasi hasil dan penyusunan laporan. Umur rata-rata sasaran 31 tahun dengan umur termuda 19 tahun dan tertua usia 50 tahun dan paritas sasaran terendah 1 dan terbanyak 6

Tabel 1. Rata-rata kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan buah naga

Rata-rata kadar Hemoglobin	Sebelum intervensi	Sesudah intervensi
	10.5	11.5

Tabel 1. Menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb sasaran mengalami peningkatan sesudah diberikan buah naga selama 7 hari yaitu dari 10.5 gr% meningkat menjadi 11.5 gr%.



Gambar 1 Dokumentasi Edukasi Kesehatan Tentang Buah Naga dan Anemia pada Ibu Hamil

Edukasi kesehatan tentang manfaat buah naga dan anemia memiliki peran krusial dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil. Buah naga merupakan buah yang kaya akan nutrisi, termasuk vitamin C, zat besi, dan antioksidan. Vitamin C membantu penyerapan zat besi, sedangkan zat besi adalah komponen penting dari hemoglobin, yaitu protein yang membawa oksigen ke seluruh tubuh. Zat besi dalam buah naga mendukung produksi sel darah merah yang sehat, sementara vitamin C meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Selain itu, serat dalam buah naga membantu menjaga pencernaan yang sehat, yang penting untuk penyerapan gizi yang optimal. Hasil pemeriksaan menunjukkan peningkatan rata-rata kadar Hb dari 10.5 gr% menjadi 11.5 gr% setelah konsumsi buah naga selama 7 hari, menggarisbawahi manfaat nyata dari edukasi kesehatan ini dalam mengatasi masalah anemia selama masa kehamilan.

Pemeriksaan Hb yang menunjukkan peningkatan setelah konsumsi buah naga dalam waktu singkat adalah bukti kuat bahwa makanan sehat dapat berperan besar dalam mengatasi anemia. Dengan edukasi yang tepat tentang makanan seimbang dan manfaat buah naga khususnya, ibu hamil dapat mengambil langkah proaktif untuk memperbaiki kadar Hb mereka dan mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan anemia selama kehamilan. Peningkatan ini juga menunjukkan pentingnya pemantauan dan intervensi nutrisi yang tepat dalam perawatan prenatal. Dengan demikian, edukasi tentang manfaat buah naga dan pemahaman tentang pemeriksaan

Hb dapat membantu meningkatkan kualitas hidup ibu hamil serta kesehatan bayi yang sedang berkembang dalam kandungan mereka.

4. Kesimpulan

Keimpulan kegiatan pengabdian yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang manfaat buah naga dan anemia serta terjadi peningkatan kadar hemoglobin pada Ibu Hamil, ini sangat penting guna mencegah perdarahan pada saat persalinan dan kematian pada Ibu bersalin. Diharapkan mengkonsumsi buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin serta mencegah perdarahan dan kematian pada Ibu hamil/bersalin.

Pendanaan: Pengabdian ini tidak menerima pendanaan eksternal

Ucapan Terima Kasih: Terima kasih penulis sampaikan kepada Kepala Desa, Kader dan Ibu Hamil Di Desa Kalasey Dua, Mandolang, Minahasa atas bantuan dan partisipasinya.

Konflik kepentingan: Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

Daftar Pustaka

- Arifin,h, Nofiza.W, Elisma. (2012) *Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Hylocereus Undatus (Haw.) Britt&Rose Terhadap Jumlah Hemoglobin, Eritrosit Dan Hematokrit Pada Mencit Putih Betina*. Jurnal Sains dan Teknologi Farmasi, Vol. 17, No.2, 2012, halaman 118-125 SSN : 1410-0177
- Destuty, H. (2010). *Hubungan Kadar Hemoglobin IbuHamil Dengan Berat Badan Bayi BaruLahir Di RSUP Haji Adam Malik Medan*. Tesis dipublikasikan. Program Pasca Sarjana kedokteran Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Dira, Deviarny. C, Riona.W. (2014) *Penetapan Kadar Zat Besi (Fe) Pada Buah Naga Isi Super Merah (Hylocereus Costaricensis L.) Dan Isi Putih (Hylocereus Undatus L.)* MKA, Volume 37, Nomor 3, Desember 2014 <http://jurnalmka.fk.unand.ac.id>
- Fatimah. S, t. Hadju, V. Bahar, B. & Abdullah, Z. (2011). *Pola Konsumsi DanKadar Hemoglobin Pada IbuHamilDiKabupatenMaros, Sulawesi Selatan*.Jurnal Makara Kesehatan. 15 (15:35)
- Hidayat, A. (2010). *Meode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika, Jakarta.
- Manuaba, C. A. I. Manuaba, F. G. B. I. &Manuaba, G. B. I. (2013). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, Dan KB*. BukuKedokteran EGC. Jakarta
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88. (2013). *Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita UsiaSubur Dan IbuHamil*.
- Nazriah, 2009. *Konsep Dasar Kebidanan*, Banda Aceh : Yayasan Pena.
- Notoatmojo, S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta, 2012
- Pratami, E. (2016). *Evidence Based Dalam Kebidanan Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Penerbit Buku Kedokteran EGC Jakarta.
- Prawirohardjo, S. (2013). *BukuAcuan Nasional PelayananKesehatan Maternal dan Neonatal*. Bina Pustaka, Jakarta.
- Profil Desa Kasey Dua, tahun 2015
- Sari, Y. O., Darmayanti, D., & Ulfah, M. (2021). Pengaruh Pemberian Zat Besi Dan Sayur Bayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura I. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(1), 20-27.
- Susiloningtyas, I. (2016). *Pemberian Zat Besi Dalam Kehamilan*. Jurnal Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Thamrin,H, Budu, Nontji,W,Shariff.S.A . *Buah Naga (Hylocereus polyrhizus) Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan, Vol. 1 No. 3 (Juli, 2018) E-ISSN 2614-5375